



Dr. Ulrike Thiel

Gedanken zur Psychologie des Reitens und Gerittenwerdens

Es ist manchmal geradezu überraschend, wie viele Menschen mit den besten Vorsätzen ihrem vielgeliebten, teuren Pferd, für das sie bereit sind, sehr viel an Geld, Zeit und Energie zu opfern, schlimmes antun können ...

Ich bin davon überzeugt, dass viele Missverständnisse zwischen Reiter und Pferd vermieden werden könnten, wenn wir uns besser in die Psyche des Pferdes hineinversetzen könnten und als Partner die Körpersprache des Pferde besser verstehen und deuten könnten, ohne es zu vermenschlichen und ohne sie aus menschlicher Sicht zu bewerten. Dies gilt für den Freizeitbereich und den therapeutischen Bereich genauso wie für den Spitzensport. Es ist manchmal geradezu überraschend, wie viele Menschen mit den besten Vorsätzen ihrem vielgeliebten, teuren Pferd, für das sie bereit sind, sehr viel an Geld, Zeit und Energie zu opfern, schlimmes antun können, ohne sich dessen bewusst zu sein. Im Verhältnis von Mensch und Pferd kommen viele „eigenartige“ psychologische Mechanismen zum Tragen, über die man Bücher schreiben könnte.

Pferde spiegeln ihre Reiter

Das Wissen über diese Mechanismen und Prozesse macht den Einsatz des Pferdes als Co-Therapeut in der Equithérapie möglich, da Pferde durch ihr sehr gut entwickeltes soziales „Gespür“ in der Lage sind, unsere wahren Impulse sehr genau anzufühlen. Sie spüren instinktiv, was jemand tatsächlich meint und will, auch wenn er das vielleicht in diesem Augenblick selbst nicht weiß. Pferde fühlen versteckte Aggression und reagieren sehr klar darauf. Sie spüren Unsicherheit, Dominanzstreben genauso wie Entspannung, Sicherheit und vollständige Zuneigung und spiegeln diese klar in ihrem eigenen Verhalten. Was in der Therapie erwünscht ist, kann im Sport sehr konfrontierend für den Reiter werden. Schon Goethe hat klar erkannt: „... Pferd und Reiter verschmelzen so ineinander, dass man nicht weiß, wer den anderen erzieht! ...“

Wechselseitiges Bewegungsspiel – nicht einfach für den Menschen

Unsere Chance als Reiter ist es, Partner im Bewegungsspiel zu werden, das Pferde gerne in der Gruppe pflegen, und das zu ihrem täglichen Lebensritual gehört. Schließlich muss ein Fluchttier sich permanent fit und beweglich halten. Vom Boden aus ist es meist leichter, zu einer sinnvollen Kommunikation zu kommen, da wir Menschen dann mit beiden Beinen geerdet sind (also auch niemand mit uns weglaufen kann), und nicht so sehr mit unserer eigenen Körperbeherrschung zu kämpfen haben. Als körperorientierter Therapeut weiß ich, wie schwierig der psychomotorische Lernprozess des Reiters ist. Es gilt, seine eigene Asymmetrie (Rechts- oder Linkshändigkeit) zu überwinden, sein eigenes Körperschema neu zu eichen und das Eingehen auf die Bewegung eines anderen zu erlernen. Er muss auch seine instinktive Angst vor der ungewollten Bewegung des Pferdes überwinden lernen. Dabei fällt es ihm vor allem schwer, die Kontrolle bis zu einem gewissen Grad los zu lassen. Dazu kommt noch, seine eigenen psychischen Impulse zu verstehen und kontrollieren zu lernen, um die Pferdereaktionen auf die eigenen gewollten oder ungewollten Bewegungsimpulse zu interpretieren und darauf reagieren zu können. Wir alle wissen, wie viel Überwindung es uns kostet, los zu lassen und zu entspannen, wenn wir selbst aus Angst erstarrt auf dem Pferd klemmen und das Pferd dann ebenso reagiert.

Gut reiten bedeutet vor allem, sich selbst im Griff haben

Reiten lernen bedeutet darum auch immer wieder zu lernen, mit Frustrationen umzugehen, da Pferde auf unser Unvermögen, es nicht in seinen Bewegungen zu stören, oder ihm etwas aufzwingen zu wollen, was es nicht leisten kann, reagieren. Und das manchmal durchaus auch sehr heftig. Immer wieder hat sich in den letzten Jahren die Unzufriedenheit und manchmal auch Hilflosigkeit des Menschen in der Suche nach Techniken manifestiert, um dieses Problem einfacher lösen zu können (Reitsportgeschäfte

sind voll von allerlei Hilfszügeln, abenteuerlichen Gebissen und anderen Hilfsmitteln). Wenn man gut reiten will, gibt es aber nur einen Weg, nämlich an der eigenen Psychomotorik zu arbeiten (sprich Sitzschulung) und auch seine Einstellung dem Pferd gegenüber in den Griff zu bekommen.

Ein Pferd bewegt sich so wie es sich fühlt

Lernen wir Menschen uns besser in das Wesen des Pferdes zu versetzen und zu erfüllen, was das Pferd fühlt, dann können wir direkt an der Antwort des Pferdes auf unsere Versuche ablesen, ob wir das, was wir mit ihm tun in Harmonie mit ihm tun oder nicht. Wir merken eigentlich sehr direkt ob es sich schlicht wohl fühlt bei dem, was wir zusammen machen oder nicht. Ob das nun bei einer Dressurprüfung, beim Freilaufen und Spielen im Viereck oder Round Pen, beim Longieren oder bei einem Ausritt stattfindet. Wenn wir verstehen können, was das Pferd uns mit seiner Körpersprache erzählt und welche Stimmungen bei ihm an bestimmte Körperhaltungen und Bewegungen gekoppelt sind, dann sagt uns das meist sehr genau, was wir richtig und was wir verkehrt gemacht haben. Da Pferde sich in Bewegung und Körperhaltung mitteilen, ist es wichtig Ver-spannung, Ent-spannung und An-spannung unterscheiden zu lernen und zu erkennen, wann Bewegung fließt und wann sie irgendwo blockiert ist. Man könnte sagen – so wie ein Pferd sich fühlt so bewegt es sich und auch andersrum: so wie es bewegt wird, so muss es sich auch fühlen. Dies kann man vom Boden aus sehen und vom Sattel aus sehr direkt fühlen. Voraussetzung für diese Harmonie ist, dass das Pferd sich in einem ausgeglichenen psychischen Zustand befindet. Mit anderen Worten, dass es geistig und körperlich im Gleichgewicht ist. **Traurig ist, dass im Sport, ja selbst im Spitzensport häufig vergessen wird, sich auf diese Voraussetzung von Harmonie zu besinnen. Viele Diskussionen der letzten Zeit zeigen, dass selbst viele sog. „Experten“ verlernt haben, auf die äußeren Zeichen von Harmonie oder Disharmonie zu achten und sie auch richtig zu deuten.** ■



Dr. Ulrike Thiel

Institut für Equithérapie und Hippische Sportpsychologie / Cranendonck-Niederlande

www.hippocampus.nl.com

Besser reiten lernen und lehren ohne Missverständnisse



Lernhilfen für Reiter und Reitlehrer von Ulrike Thiel

Diese Buch bietet wertvolle Hinweise um sein eigenes Reiten nicht nur durch noch mehr Kilometer im Sattel, sondern durch sinnvolle Überlegungen, Ergänzungsübungen, arbeiten mit Gefühlsbildern und mentale „Akrobatik“ zu analysieren und weiterentwickeln zu können. Viel Freude werden nicht nur Reiter und Reitlehrer, sondern sicher auch die betroffenen Pferde haben, wenn sie mit viel mehr Einfühlungsvermögen und Gefühl durch das Viereck geleitet werden.

ISBN 90-5956-0140

AUS RESPEKT!

DAS MAGAZIN FÜR REITER, DIE ES WIRKLICH WISSEN WOLLEN

DR. ULRIKE THIEL:
VON DER PSYCHOLOGIE DES
REITENS UND GERITTENWERDENS

SCHLAUFZÜGEL & CO.:
DR. GERHARD HEUSCHMANN
KLÄRT AUF!

ANJA BERAN:
ERNSTHAFTE GEDANKEN ZUR
KLASSISCHEN REITKUNST
UND ZUR DRESSUR

XENOPHON:
DER VEREIN FÜR ERHALT
UND FÖRDERUNG DER
KLASSISCHEN REITKULTUR

TERMINE RUND UM DIE
KLASSISCHE REITKULTUR:
TURNIER, MORGENARBEIT, FORUM

EGAL WELCHE REITWEISE, EGAL WELCHE PFERDERASSE ...



IN MEMORIAM:

EGON VON NEINDORFF

Der Wu Wei Verlag legt größten Wert auf absolut authentische Autoren, die sich in ihrem Fachgebiet durch überdurchschnittliches Wissen auszeichnen. Wir betreuen die Bereiche körperliche und geistige Gesundheit, Reitkultur und Kinderbuch.

Der Verlagsname „Wu Wei“ stammt ursprünglich von dem chinesischen Philosophen Laotse. Er steht für die Kunst des „Weglassens“.

Das taoistische Prinzip Wu Wei bedeutet, durch „Nichttun“ zum „Tun“ zu gelangen – ohne unnützen Eifer, falschen Ehrgeiz und eigenwillige Absichten.

Alle Bücher aus dem Wu Wei Verlag erhalten Sie in Ihrem Buchhandel oder über die Verlagsauslieferung Silberschnur: Tel. +49 (0)26 87. 92 90 01

DAS PFERDEBUCH DES JAHRES!

BAYERNS PFERDE 12/2005



AUS RESPEKT! von Anja Beran

Kreiert AUS RESPEKT! vor den Pferden.
Med.-wissenschaftl. Aspekte:
Dr. Gerhard Heuschmann, 192 S.,
durchgehend vierfarbig illustriert, 23 x 27 cm,
ISBN 3-930953-14-5, Preis: 68,00 Euro

Anja Beran, Schülerin von Manuel Jorge de Oliveira und Marc de Broissia, hat ein Buch geschrieben, das eine seit Jahrzehnten verloren gegangene Reitkultur wieder entdeckt. Zu Anja Beran nach Gut Rosenhof im Allgäu bringen Pferdebesitzer aus aller Welt ihre Tiere, um sie von ihr ausbilden zu lassen. In „Aus Respekt!“ hat sie ihr ganzes Wissen von den optimalen Voraussetzungen für das Reiten lernen bis zur klassischen Ausbildung fortgeschrittener Pferde dargelegt. Für den hohen Standard dieses Buches bürgt auch der medizinische Berater Dr. Gerhard Heuschmann (passionierter Reiter, Tierarzt und Dozent). In „Aus Respekt!“ zu blättern ist ein ästhetischer Genuss. Der Wu Wei Verlag hat sich besondere Mühe mit der Gestaltung und der opulenten Bildauswahl gegeben. Über 100 Fotos, Tuschezeichnungen von Renate Blank und anatomische Abbildungen ergänzen den Text. Reiten ist eine Kunst! Dieses Buch huldigt dem Pferd und der Reitkunst und bietet überraschende Erkenntnisse und Wissen pur. Mehr unter www.wu-wei-verlag.com und www.anjaberan.de.

»Anja Beran hat ein Plädoyer geschrieben für die Reitkunst als Ergebnis sorgfältiger Gymnastizierung – das Gegenteil mechanischen Drills für den schnellen Erfolg. Es ist eine klar formulierte Erinnerung an einen Schatz vorhandener Erkenntnisse, tatsächlich ein Lehrbuch „für Reiter, die es wirklich wissen wollen“.«

Süddeutsche Zeitung

WEITERE NEUERSCHEINUNGEN 2006 »»»»WEITERE NEUERSCHEINUNGEN 2007



FINGER IN DER WUNDE – wenn Irrwege der Reitkunst weh tun

Da Dr. Gerhard Heuschmann in seinem Beruf als Fachtierarzt für Pferde täglich mit Kunden zu tun hat, deren Pferde auf Grund falscher Reitweisen gesundheitliche Schäden davon tragen, möchte er mit diesem Buch aufklären.

Ein Pferd ist nicht etwa ein Lebewesen, welches agiert und sich verschiedene Unarten und Verhaltensweisen in der Box für seinen Reiter überlegt. Vielmehr reagiert es auf direkte, richtig oder falsch ausgeführte Einwirkungen seines Reiters. Dieses Wissen dient Reitern aller Reitweisen, dem Berufs-, Sport- und Freizeitreiter.

FINGER IN DER WUNDE
– wenn Irrwege der Reitkunst weh tun ...
Dr. Gerhard Heuschmann,
120 Seiten, s/w,
ISBN 3-930953-20-X,
Preis: 19,00 Euro
Erscheinungstermin
Sommer 2006



DAS TAO DES EQUUS
von Linda Kohanov
368 Seiten, s/w,
ISBN 3-930953-21-8
Preis: 26,00 Euro
Erscheinungstermin
Herbst 2006

DAS TAO DES EQUUS bedeutet wörtlich „der Weg und das Wesen des Pferdes“, wobei die heilenden und transformierenden Qualitäten des Wesens „Pferd“ im Vordergrund stehen. Die Interaktion mit diesen Tieren kann einen immensen therapeutischen Effekt zeitigen, sowohl körperlich, geistig und spirituell. In einer Zeit, in der Pferde nicht mehr für die Arbeit auf den Feldern gebraucht werden und um uns in den Krieg zu tragen, können sie wohl etwas viel Wichtigeres für uns tun – uns auf unserem Weg zu uns selbst unterstützen.

PFERDE & PERSÖNLICHKEITEN & POESIE von Renate Blank
Dieses Werk befindet sich im Werden. Es ehrt mit Poesie und Malerei das Pferd. Namhafte Persönlichkeiten aus dem Pferdegenre geben Preis, was für sie die Arbeit und das Zusammensein mit Pferden bedeutet. Es wird ein großes Buch zum Verschenken an sich selbst und an wahre Pferdeliebhaber. Zum Eintauchen in den Spirit des Equus. Wir arbeiten daran - viele Jahre.
Voraussichtlicher Erscheinungstermin: Sommer 2007